leye

Grill
Dutch Oven

グリルダッチオーブン　レシピ集

オークス株式会社
http://www.aux-ltd.co.jp
フリーダイヤル 0120-35-1217
お問合わせ時間／土曜、日曜、祭日を除くAM9:00~PM5:00

取扱説明書

このたびはグリルダッチオーブンをお買い上げいただきましてまことにありがとうございます。ご使用前にこの取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくご使用ください。なお、お読みになったあとは大切に保管していただき、取扱いのわからないときや、不具合が生じたときにお役立てください。

鉄はさびる性質があります。

鉄製品は使用後のお手入れを怠りますと、**焦げ付きや、サビの原因**となります。

安全上の注意

⚠ 警告

- 調理中は火の側を離れないでください。
- 鍋を温める以外の極端な空だきはしないでください。
- 電子レンジ、ストーブの上では使用しないでください。
- 蓋なしで魚焼きグリル内で使う際は脂ののったサンマ、鳥皮など特に油分の多い食材は長時間調理しないでください。
- コンロの火にかける時は底面より炎が大きくならないようにしてください。

⚠ 注意

厚手のミトンを使用

濡れ布巾は使わない

- 調理中・調理後は製品が大変熱くなりますのでハンドルをつかむ時は厚手のミトンを使用してください。やけどの恐れがあります。
- 製品が入ったままグリルの引出し部ごと外したり、勢いよく引っ張って外れることのないようにしてください。すべり落ちる恐れがあります。
- 電磁調理器を使用される場合、予熱をかける時は必ずスタートの火力が中火以下であることを確認してください。
- 天ぷらなど揚げ物料理には使わないでください。

ご使用の前に

- 最初は食器用洗剤でよく洗ってから使用してください。本製品はサビ止めの皮膜を落とすための空焼きは必要ありません。
- 取っ手の取り付けにガタツキがないことを確認してから使用してください。
- 材料の性質上、表面に多少の色ムラや蓋と本体の色の違いが見られる場合がありますが、使用上の問題はありません。

使用上の注意

- 急激な衝撃を与えたり、高温のまま冷水をかけるなどして急激に冷やさないでください。底が変形し、加熱ムラの原因になります。
- 長時間料理を保存しないでください。サビの原因となります。
- 濡れたままや汚れがついたまま保管しないでください。サビの原因となります。
- 製品の上で包丁など鋭利な刃物で食材を切らないでください。製品に傷がつくことがあります。

Q&A

Q サビを防ぐためには？

A
- たわしやササラ等で表面の汚れを洗い流し、火にかけ、水気をとばしてください。
- 油がなじみにくくなるので洗剤はなるべく使用しないでください。洗剤を使用した場合は必ず油を塗って保管してください。
- 使い始めの頃は収納時に鍋内側に油を薄く塗ってください。鍋に油がなじんできたら、油を塗らなくても収納できます。

食器洗い乾燥機は使えません
サビます。

Q 焦げ付いてしまった

A お湯を入れてしばらく煮立たせます。焦げカスが浮いてきて、焦げが落としやすくなります。
ひどい焦げの時もこれを繰り返すと鉄を傷めることなくキレイに取れます。

Q サビてしまった

A クレンザーでこすり落とし、火にかけて水気を飛ばし、油を塗ってください。

Q 塗装がはげた

A

- お届けまでのサビ防止のため表面には「黒色酸化皮膜」処理と「シリコン塗装」を施しています。
いずれも繰り返しの使用により、徐々に磨耗していき、白っぽい銀色の地肌が露出していきます。
- 酸やアルカリの強い食材や調味料、アクの強い食材を使用すると黒色酸化皮膜が一度にはがれることがあります。
いずれも無害です。お手入れを継続していただければ、使用上問題なく安全にお使いいただけます。

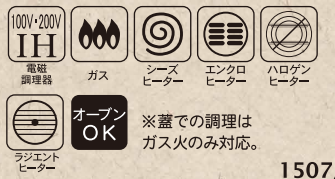
Q オーブンやトースターは使えるの？

A 製品が入る庫内であればお使いいただけますが、魚焼きグリルに比べて時間がかかるため、はじめにコンロで下面を焼いておくことをおすすめします。

Q 市販の冷凍ピザは焼けるの？

A 直径19ｃｍ以下のピザが焼けます。ピザの説明書に従って解凍、または冷凍のまま様子を見ながら焼いてください。

魚焼きグリルの他、下記の熱源に対応しています。



※蓋での調理はガス火のみ対応。

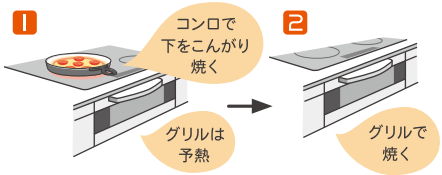
品質表示
外形寸法： 約全長 310× 幅 207× 高さ 45mm（底厚 1.6 mm）
使用材料： 本体・ふた／鉄（シリコン塗装）アミ／鉄（クロムメッキ）

オークス株式会社
〒955-0842　新潟県三条市島田２丁目８番３号

1507/1

日本製

基本の焼き方



初めにコンロで食材の下面を焼いていただくことで、おいしく仕上がり、時間短縮にもなります。※両面グリルの場合、火の通りやすい食材は予熱後、2グリル調理から始められます。

※タイマーをご用意ください。グリルは高温のため、数分の違いで焦がしてしまうことがあります。また機種によって火力や庫内の広さが異なるため、レシピ通りの時間でも焦げてしまうこともあります。タイマーをレシピより短めにセットして焼け具合を確認しながら調理してください。

焼き時間

このレシピにはIH両面焼きグリルとガス片面焼きグリルの焼き時間の目安が記載されています。
魚焼きグリルには片面焼き/ 両面焼き、水あり/ 水なし、ガス式/ 電気式などさまざまなタイプがあり、また庫内のサイズによっても焼き時間は異なります。
初めは短い時間から始め、調理中は様子を見ながら、火力や焼き時間を調整してください。

余熱

グリルの火を止めても庫内はしばらく高温状態です。料理の内部が少し生っぽい時は、そのまま庫内に入れておき、全体に熱を行き渡らせます。

焦げ付きにくくするには

初めて使用する前に、「油ならし」をおすすめします。

【油ならしの方法】

1. コンロの上で中火で1～2分加熱し、火を止めます。

2. 油大さじ1杯を入れ、全体になじませ、冷まします。

3. 余分な油を拭き取ります。

取扱上の注意

1 熱くなりますので厚手のミトンをお使いください。
濡れ布巾は使わないこと。

2 食材は本体の高さより、少なめに入れてください。
※ふくらむ食材は特に少なめに

3 水ありタイプのグリルには受け皿に水を入れて使用してください。

GRILL DE COOK

魚焼きグリルもっと活用法

高火力で食材を一気に加熱する魚焼きグリルはとっても便利。
グリルダッチオーブンを使って、もっと活用してみましょう。

お惣菜の温めなおし

鍋＋アミ

揚げたてみたいにカリッとよみがえる

1. 網を鍋にセットしてグリルに入れ、強火で3分ほど予熱をする。
2. お惣菜を並べて弱火で加熱し、途中で裏返し様子を見ながら加熱する。
   おすすめ食材：コロッケ、フライドチキン、天ぷら、餃子

焼き魚

鍋＋アミ

■作り方　1. 魚は必ず常温に戻す。
2. 網を鍋にセットしてグリルに入れ、強火で2～3分予熱後、網に油を塗り魚を並べる。
3. ガス片面 / 強火で加熱し、途中で一度裏返し、様子を見ながら焼く。
IH両面 / 強火で、様子を見ながら焼く。
※焦げやすい味噌漬けやみりん干しなどは弱めの火加減で。
※繰り返し焼く場合、鍋にたまった油をふき取ってから焼いてください。

蒸し焼き枝豆

ふた＋鍋

■材料　枝豆：300ｇ　塩：適量
■作り方　1. 枝豆は洗って水分がついたまま鍋に入れ、塩をまぶして蓋をする。グリルを強火で2～3分予熱をする。
2. ガス片面 / コンロの強めの中火で3分焼き、グリルの強火で3～5分焼く。
IH両面 / グリルの強火で5～7分焼く。

ガーリックチキン

Garlic chicken

■材料　（２～４人分）

鶏もも肉	：２枚
塩	：小さじ１強
こしょう	：適量
にんじん	：小１本
じゃがいも	：小２個
にんにく	：２片分
（みじん切り）	
オリーブオイル	：大さじ１
塩、こしょう	：適量

■下ごしらえ・・・鶏肉は厚い部分に切込みを入れ、皮全体にフォークで穴をあけ半分に切る。塩、こしょうをして 20 ～ 30 分常温に置く。

■作り方

1. にんじんは輪切り、じゃがいもは一口大に切る。
2. 鍋にオリーブオイルとにんにくを入れてコンロの弱火にかけ、香りが立ったら中火にして野菜を炒めて塩、こしょうを振る。
3. 野菜を端に寄せて鶏肉の皮面を上にして入れて蓋をする。グリルを強火で予熱を始める。
4. ガス片面 / コンロの中火で２～３分、グリルの強火で７～８分焼く。
   ＩＨ両面 / グリルの強火で８～ 10 分焼く。
5. 肉汁をすくって皮面にかけ、蓋をしないでグリルの強火で２～３分焼く。
6. 金串などを刺して焼き上がりを確認し、野菜とともに盛り付ける。

■材料　鶏もも肉 ２枚、
A おろし生姜 ２片、おろしにんにく１片、醤油 大さじ２、塩小さじ 1/2、酒 大さじ 2、こしょう 適量、片栗粉 適量、サラダ油 少々

■材料　じゃがいも ２個、にんじん１本、ごぼう 1/2 本、れんこん小 1/2 個、アスパラガス２～３本、にんにく２～３片、厚切りベーコン 100ｇ、オリーブオイル 大さじ １～２、塩こしょう 少々

揚げない竜田揚げ

鍋＋アミ

■下ごしらえ　鶏肉は１枚を６～８個に切る。ポリ袋に鶏肉と A の調味料を入れてもみ、20 ～ 30 分漬け込む。

■作り方（２回に分けて焼く）

1. 鶏肉の水気を切り、片栗粉をまぶし、皮を外側にしてギュッと握って丸める。グリルを強火で予熱を始める。
2. 網に油を塗り鍋にセットしてコンロの中火にかけ、間隔を少し開けて鶏肉を並べサラダ油を少しずつかける。
3. ガス片面 / グリルに入れて強火で４分、裏返して中火で３～４分焼く。
   ＩＨ両面 / グリルに入れて強火で７～８分焼く。
4. 火を止めて２～３分程余熱で仕上げる。
5. 鍋にたまった油をふき取ってから残りを焼く。

根菜類のオーブン焼き

ふた＋鍋

■作り方

1. 野菜は食べやすい大きさに切る。厚切りベーコンは１cm 幅に、にんにくは半分に切り軽くつぶす。
2. 鍋にアスパラを除く野菜を入れてオリーブオイルと塩こしょうを適量加えて混ぜる。
3. グリルを強火で予熱をする。
4. ガス片面 / 蓋をして中火のコンロで３分焼き、グリルに入れて中火で７～８分焼く。
   ＩＨ両面 / 蓋をしてグリルに入れて強火で８～10 分焼く。
5. 途中でアスパラガスを入れて火が通ったらできあがり。ポン酢しょうゆ、ドレッシングなどお好みのソースを添える。

エビグラタン

Shrimp gratin

■材料（２～３人分）

むき海老	：200ｇ
酒	：大さじ１
しめじ	：1/2 パック
玉ねぎ	：大 1/2 個
ブロッコリー	：1/2 個
ベーコン	：２～３枚
バター	：30ｇ
サラダ油	：小さじ１
米粉（上新粉）	：大さじ３
牛乳	：450cc
固形スープの素	：１個
塩・こしょう	：適量
とけるチーズ	：適量
パン粉	：大さじ２

■作り方

1. むき海老は背ワタを取り、酒大さじ１を振りかける。玉ねぎは薄切りにし、しめじは石づきを切り落としてほぐす。ベーコンは１cm幅に切る。ブロッコリーは小房に分けて電子レンジで固ゆでにする。
2. 牛乳に米粉を加えてよく混ぜておく。
3. 鍋にバター 20g を入れてコンロで熱し、水気を拭き取ったむき海老を色が変わるまで炒め、一旦取り出す。
4. 鍋にサラダ油を足して玉ねぎをしんなりするまで炒める。
5. 火を止めて、砕いた固形スープの素としめじ、ベーコンを入れ、②をもう一度よく混ぜてから加える。コンロの弱火にかけて混ぜながら、粉っぽさがなくなり、とろみが十分につくまで加熱する。
6. むき海老、ブロッコリーを入れ、味見をして塩・こしょうで味を薄めに調える。
7. チーズをのせ、その上にパン粉を振りかけ、バター 10ｇをちぎって散らし、グリルの強火でこんがり焼き色がつくまで焼く。

塩麹豚のロースト

Roasted pork in Shiokoji

■材料

豚肩ロースブロック	：約 400 ～ 500ｇ
黒こしょう	：適量
塩	：少々
塩麹	：大さじ２～３
レモン	
お好みの付け合わせ野菜	
（レタス、ベビーリーフなど）	

※約 18cm 角のクッキングシートを２枚用意

Point

レシピの塩麹は塩分約 14% のものを使用しています。お使いの塩麹に合わせて量を調整してください。

■下ごしらえ

豚肉はフォークなどで全体に穴をあけ黒こしょうをたっぷり振りかけて塩麹をまぶし、ポリ袋に入れて密閉し、１～２日置く。

■作り方

1. 漬け込んだ豚肉を常温に戻し、袋の上からたたいて厚さ 3cm くらいにする（縮んで厚みが増し蓋が持ち上がるのを防ぐため）。袋から出し、塩麹をこそげ取る。
2. 鍋にクッキングシートを敷き、豚肉を入れて塩、こしょう少々を振り、クッキングシートをかぶせ蓋をする。
3. グリルは強火で予熱を始める。
4. ガス片面 / コンロの弱めの中火で５分焼く。グリルに入れて中火で７～ 10 分焼き、火を止めて 10 分余熱で仕上げる。
   IH両面 / グリルに入れて強火で 12 ～ 15 分焼き、火を止めて 10 分余熱で仕上げる。
5. 串を刺して透明な肉汁が出れば焼き上がり。食べやすい大きさに切って付け合わせの野菜とともに盛り付け、レモンを添える。

Pizza
基本のピザの焼き方

マルゲリータ
ピッツァの定番

＊材料

生地（3枚分）

強力粉	：300g
ドライイースト	：小さじ2（約6g）
砂糖	：小さじ1（約3g）
塩	：小さじ1（約5g）
オリーブオイル	：小さじ1（約4g）
ぬるま湯（夏は水）	：180cc

トッピング（1枚分）

ミニトマト	：3個
バジル	：5枚
チーズ	：適量
トマトソース（又はケチャップ）	：適量

■トマトソースの作り方

＊作り方

1. 強力粉にドライイースト、砂糖、塩をこねやすい大きさのボウルに入れてよく混ぜる。

2. ①にぬるま湯を一度に入れ、箸でグルグルかき回して、全体に水分をなじませる。

3. オリーブオイルを加え、手でよくこねる。

水分が少なすぎる場合は水を少量ずつ足して調整し、粘り気が出て、ペタペタ感がなくなるまでこねる。

4. 丸めてなめらかな面を上にしてオリーブオイル（分量外）を塗る。

5. ラップをかけて暖かいところに1時間前後置き、約2倍に膨らむまで発酵させる。

次の日に使う時は冷蔵庫で一晩寝かせ、低温発酵させる。

6. 上からつぶしてガスを抜く。

7. 軽くこねて3等分にして丸くまとめ、使う分だけラップをかけて20分ほど休ませる。

この時間が長いほど伸ばしやすくなります。

保存方法

使わない生地は少しつぶしてラップに包み、冷凍庫で保存し、自然解凍をして使います。

※ガス火の場合のみ、蓋でもピザが焼けます。

8. プレート内側にオリーブオイルを薄く塗っておく。

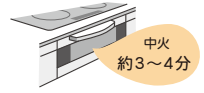
9. 手で軽く伸ばした生地をプレートに乗せて形を整えながら中央から外側に向かって伸ばす。縁1cmくらいはつぶさないようにする。

10. フォークで縁以外に穴をあける。

11. 生地にトマトソースまたはケチャップを塗る。

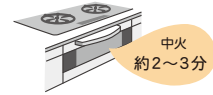
12. トマト、チーズを乗せる。

13. コンロで生地の下にこんがり焼き色がつくまで焼き（中火約2～3分）、グリルは強火で予熱する。



IH両面グリルの場合

14. グリルに入れ、こんがり焼けるまで焼く。（中火で約3～4分）



ガス片面グリルの場合

14. グリルに入れ、こんがり焼けるまで焼く。（中火で約2～3分）

15. バジルを飾り付けて完成

16. ヘラ等で取り出し、まな板の上で切り分けてください。

ふた
or
鍋
（ガスの場合）
鍋
（IHの場合）

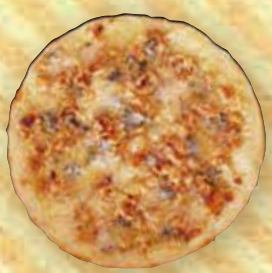
クリスピーピザの焼き方

約100gの生地を薄くのばして両面をカリッと焼いてから具材をトッピングしてグリルで焼く。

Topping Variation
トッピングバリエーション

シーフードピザ
海の幸のおいしいピザ

■材料　エビ　イカ　ホタテ　ピーマン　チーズ
■作り方　ピザ生地にトマトソースを塗り、シーフードをのせ、チーズをかけて焼く。



ブルーチーズのおつまみピザ
カリカリピザ生地の大人のおつまみ

■材料　ブルーチーズ　クルミ　はちみつ
■作り方 1 ピザ生地約 100g を薄くのばし両面をカリッと焼く。2 1cmくらいにちぎったブルーチーズと砕いたクルミを散らしてグリルで焼く。3 はちみつをかけてできあがり。

ツナコーンピザ
コーンの甘さとマヨネーズのハーモニー

■材料　ツナ　コーン　マヨネーズ
■作り方　油をよく切ったツナとコーンをのせて、マヨネーズをかけて焼く。

ジャーマンポテトピザ
ほくほくポテトがたまらない

■材料　じゃがいも1個　玉ねぎ1/4個　ベーコン2枚　トマトソース適量　マヨネーズ適量　ピザ用チーズ適量　塩・こしょう少々　■作り方 1 じゃがいもはゆでて、塩・こしょう少々を加え、粗くつぶす。2 玉ねぎを薄切りにし、ベーコンを1cm 幅に切る。3 トマトソースを塗った生地にじゃがいもをのせて、玉ねぎ、ベーコンを散らして、チーズ、マヨネーズをかけて焼く。

Dessert Pizza
デザートピザ

ピザ生地にカスタードクリームとフルーツをのせればデザートにも

カスタードクリームの作り方

牛乳 300cc　卵黄 3 個　砂糖大さじ 6（約 55g）　薄力粉大さじ 3（約 25g）　バター 15g　バニラエッセンス少々

1 厚手の鍋に牛乳を入れて沸騰直前まで温め、火を止める。2 ボウルに卵黄、砂糖を入れ、泡立て器で白っぽくなるまで混ぜる。3 ②に薄力粉を一度に加えてダマが残らないようによく混ぜる。4 ③に①の牛乳を少量ずつ加えて溶きのばし、こし器を通して元の鍋に戻し、中火にかける。5 固まらないよう泡だて器や木ベラで底をこするように手早く混ぜる。6 全体にとろみがついたら弱火にし、さらに混ぜながらひと煮立ちさせ、なめらかになるまで煮る。（もったりと重くなったあと、さらに混ぜ続けると軽くなるのができあがりのタイミング）7 火を止めて、バター、バニラエッセンスを加えて混ぜる。8 ボウルに移して、表面が乾燥しないようにラップをかけて冷水を底にあてて冷ます。9 冷めたら、泡だて器や木ベラ等で滑らかになるまで混ぜる。

いちごバナナピザ
カスタードクリームとバナナをトッピングして焼き、いちごなどを盛り付ける。

チョコバナナピザ
カスタードクリームとバナナをトッピングして焼き、上からチョコレートソースをかける。

フルーツタルト風ピザ
両面こんがり焼いたピザ生地にカスタードクリームやホイップクリームを敷きつめてお好みのフルーツを盛り付ける。

■材料＊煮りんご／
りんご（紅玉）2個（約400～500ｇ）、砂糖大さじ3
＊カラメル／
砂糖 60g、水大さじ1、熱湯大さじ1
＊ケーキ生地／
ホットケーキミックス150g、卵1個、牛乳80cc、溶かしバター20g
バター 10g、サラダ油少々

りんごのケーキ　タルトタタン風

Tarte Tatin-style apple cake

ふた＋鍋

■作り方　煮りんご 1. りんごは皮をむいて 12 等分のくし切りにする。鍋に入れ砂糖を振りかけて蓋をする。2. 中火で加熱してしんなりしたら蓋を取り、返しながら煮詰めて水分を飛ばし取り出す。カラメル 1. 鍋に砂糖と水を入れて、かき混ぜずに時々揺すりながら中火で加熱する。2. 砂糖が溶け、あめ色になったら火を止めて熱湯を入れ、再度中火で加熱してカラメルを均一に溶かす。（熱湯を入れる時とてもはねるので注意する）3. 底を濡れふきんに当てて冷ましておく。ケーキ生地 1. ボウルに卵・牛乳・ホットケーキミックスを入れて混ぜ、溶かしバターを加えてさらに混ぜる。

■焼き方 1. 蓋にサラダ油を塗る。鍋の内側とカラメルの表面にバターを塗り、残りはカラメルの上に散らす。2.①に煮りんごをきれいに並べる。ケーキ生地を入れて平らにならし蓋をする。3. 魚焼きグリルを強火で予熱を始める。4. ガス片面 / 蓋をして弱火で 2～3 分、弱火のグリルに入れて 5 分程加熱する。ＩＨ両面 / 中火のグリルで 7～8 分加熱する。5. 火を止めて 5 分程おき、焼き上がったら取り出して蓋を取り 10 分程冷ます。6. 鍋を中火で熱してカラメルを溶かし、揺すってケーキが動くようになったら大きめの皿をかぶせて取り出し冷やす。

※長時間入れたままにしておくと鉄分でケーキが黒くなるので粗熱が取れたら取り出してください。

キャロットケーキ

Carrot cake

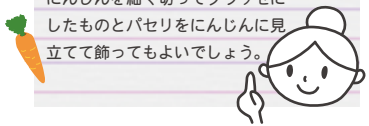
ふた＋鍋

■材料
ホットケーキミックス：200ｇ
卵：1個
砂糖：30ｇ
にんじん（すりおろす）：100ｇ
オレンジジュース：70 cc
サラダ油：45 cc
くるみ（軽く炒って粗く刻む）：50ｇ
お好みでシナモンパウダー：小さじ1
粉砂糖：適量

※約直径 19cm に切ったクッキングシートを用意。

Point

にんじんを細く切ってグラッセにしたものとパセリをにんじんに見立てて飾ってもよいでしょう。



■作り方
1. 蓋の内面、鍋の側面にサラダ油（分量外）を塗る。クッキングシートを鍋に敷いておく。
2. ボウルに卵、砂糖を入れてよく混ぜ、すりおろしたにんじん、オレンジジュース、ホットケーキミックス、お好みでシナモンパウダーを加えてさらに混ぜる。
3. ①にくるみとサラダ油を加えて混ぜ、鍋に流し込み、上面を平らにならし、蓋をする。
4. グリルを強火で予熱を始める。
5. ガス片面 / コンロの弱火で 5 分焼いた後、グリルの弱火で 5 分焼き、火を止めてそのまま 5 分余熱する。
   ＩＨ両面 / グリルの中火で 7～8 分焼き、火を止めてそのまま 5 分余熱する。
6. 竹串をさして何もついてこなければできあがり。